

Lignum Vitae

Petra Votsalo

Welcome

2023

Sănătate Armonie Tinerete

CUPRINS

**Ațiunea psiho-neuro endocrină
a factorilor ambientali** pagina 6-11

Să ne împrietenim cu Soarele!
pagina 12-13

**Korolen îmbunătățește
circulația sângelui!** pagina 14-15

**Despre tromboze
și terapii complementare** pagina 16

**TICK - a - TACK spray
anti-insecte 100% natural** pagina 17

Lavanda pagina 18-19



Atunci când avem o stare de bine nu ne gândim la sănătate ci chiar o ignorăm și facem tot felul de abuzuri crezând că noi nu ne vom îmbolnăvi niciodată.

Se întâmplă deseori să nu acordăm timp și nici atenția cuvenită sănătății pentru că poate avem lucruri mai importante de făcut... și abia când sănătatea începe să „scârțâie”, începe să ne pese.

Ce bine e să fim sănătoși, să nu ne doară nimic, să ne trezim dimineața bucuroși și plini de vitalitate să putem începe în formă o nouă zi din viața noastră.

De multe ori ne salutăm cu „Sănătate!” și spunem sloganul: „dacă ai sănătate ai de toate”... Dar oare chiar acordăm sănătății importanța cuvenită? Spunem acestea doar din vârful limbii sau conștientizăm importanța sănătății și importanța menținerii ei?

Prevenția se traduce în **3 principii simple de stil de viață:**

- A ne alimenta cât mai natural și cât mai corect.
- A gândi pozitiv în fiecare clipă.
- A face mișcare fizică moderată și cu regularitate.

Sănătatea noastră depinde de cât de multă importanță îi oferim de aceea contează în fiecare zi ce facem pentru a trăi în mod frumos și sănătos.

Sănătatea nu este o întâmplare ci un rezultat!

Daniela Harangus
Director Lignum Vitae

Acțiunea psiho-neuro endocrină a factorilor ambientali

Efect echilibrant prin produsele Energy



Sistemul nervos și sistemul endocrin sunt într-o interdependență funcțională strânsă.

Raportul de intercorelație între cele 2 sisteme este materializat de balanța funcțională stabilită între două structuri anatomice - „cheie” pentru ambele sisteme: hipotalamusul și hipofiza.

Modificarea echilibrului funcțional stabilit între sistemul nervos și sistemul endocrin cu consecințe patologice, reprezintă domeniul de studiu pentru psiho-neuro endocrinologie.

Reechilibrarea funcției perturbate a celulei nervoase este un deziderat al psiho-neuro endocrinologiei, un domeniu de studiu vast. Influența factorilor de mediu asupra organismului uman poate fi diversă.

Mediul ambiental poate fi și o sursă de factori de stres. Poluarea atmosferică, poluarea apei, zgomotul, substanțele chimice periculoase toate au un impact negativ asupra sănătății, pot genera de la simple incomodități (disconfort) în activitatea omului, până la perturbări puternice ale stării de sănătate.

- *Efectele acute au fost primele asupra cărora s-au făcut observații și cercetări, ele se datorează unor concentrații deosebit de mari ale poluanților din mediu care au repercursiuni puternice asupra organismului uman*
- *Efectele cronice reprezintă formele de manifestare cele mai frecvente ale acțiunii poluării mediului asupra sănătății umane. De multe ori, nici nu se recunoaște faptul că aceste expuneri au determinat apariția unor boli, deoarece nu se cunosc tipurile sau cantitățile de chimicale la care fiecare dintre noi suntem expuși zi de zi, mai ales în cazul bolilor cu un debut lent, și care se manifestă în timp.*

Pornind de la ideea că, sănătatea fizică este direct dependentă de starea psihologică a omului și de influența mediului extern s-au căutat modalități de reechilibrare. Astfel, principiile psihologice se transformă în deprinderi de viață de a face față stresului.

Există vreo legătură între suflet și hormoni?

Deoarece sufletul este ceva prea eteric, medicina s-a preocupat de o conexiune mai pământească, de legătură dintre creier și hormoni. Hormonii, sunt cele mai active substanțe din organism care ascultă de creier.

Când omul beneficiază de mai mulți hormoni tiroidieni, el se află tot timpul în mișcare, vorbește mult, atenția îi fuge în mai multe direcții, începe un lucru și trece rapid la altceva.

Oamenii cu o tiroidă ce funcționează mai intens par mai tineri, cei cu deficit de hormoni tiroidieni par mai bătrâni. Cei cu secreție mai mică a tiroidei sunt lenți, vorbirea le este groasă, tărăgănată, mușchii feței sunt mai inexpressivi, au o figură apatică, au o lentoare în gândire, pielea lor e rece, aspră, palidă, copiii sunt mai scunzi și mai puțin dezvoltați intelectual.

Când un om devine mai apatic, e greșit să i se spună că e din cauza vârstei și că au trecut anii.

Dacă se fac analize se poate constata că poate a intrat în faza subclinică de hipotiroidism iar dacă va beneficia de un tratament specific pentru hormonii tiroidieni, vom observa că parcă înflorește. Deci clar modificarea echilibrului funcțional între sistemul nervos și sistemul endocrin, poate da consecințe patologice.

De asemenea tot mai multe studii arată că mirosul joacă, în viața omului, un rol cu mult mai important decât se credea, de la asocierea cu memoria și cu bolile neurologice, până la influențarea comportamentului, a dispoziției și a felului de a gândi.

Valoarea esențelor florale și corespondența cu echilibrul psiho-neuro endocrin a fost cercetat și de medicul englez Edward Bach. El este cunoscut pentru studiile sale din domeniul bacteriologiei, imunologiei, homeopatiei și al medicinei naturiste. Încă de la începutul anilor 30 dr. E. Bach a abandonat medicina clasică și s-a dedicat studierii medicinei naturiste. Munca lui de cercetare a fost focalizată spre a crea remedii mai sănătoase, având ca sursă florile.

Cercetătorii de la Universitatea Rutgers, SUA, au realizat un experiment care arată cât de mult afectează mirosurile florale starea de spirit a oamenilor. Ei au utilizat o încăpere al cărui aer a fost odorizat pe rând, cu un miros floral, „agreabil”, „clasic”, iar o altă parte din timp camera a fost lăsată neparfumată. După ce fuseseră expuși fie aerului

inodor, cât și diferitelor mirosuri din cameră, participanții la studiu au fost rugați să scrie despre trei evenimente din viața lor: unul din trecutul îndepărtat, unul recent și un altul posibil în viitor. Într-un alt experiment, participanții (anterior expuși aerului inodor sau parfumat) au fost introduși într-o altă încăpere unde se găsea un mim care i-a îndrumat să mimeze o emoție asociată cu o amintire din copilărie.

Rezultatele studiului, a textelor scrise analizate, au pus în evidență cuantificarea cuvintelor cu semnificații pozitive și negative. Felul în care s-au exprimat în scris participanții și modul în care s-au manifestat în prezența mimului, a fost surprinzător de mult influențat de mirosul la care fuseseră expuși (sau de lipsa acestuia). S-a constatat că 74% dintre cei care inhalaseră aerul înmiresmat cu un parfum de flori s-au apropiat de mim, l-au atins și au folosit, în textele scrise în cadrul primului experiment, de trei ori mai multe cuvinte cu încărcătură pozitivă decât ceilalți.

Rezultatele arată clar, că mirosul de flori, de plante (aromoterapia) are un efect puternic asupra oamenilor, având capacitatea de a modifica starea de spirit, a îmbunătăți dispoziția, a crește dorința de cooperare și de apropiere de ceilalți.

Studiile de cercetare au demonstrat că un compus numit linalool, prezent în peste 200 de

specii de plante, (dafin, scorțișoară, busuioc, palisandru, mesteacăn, lavandă, flori de portocală...) reduce stresul, acționând asupra sistemului imunitar și influențând activitatea a numeroase gene implicate în răspunsul la stres.

Teoria mirosurilor deși cunoscută și folosită de mii de ani, începe abia acum să-și dezvăluie secretele. Marea lor putere de a influența psihicul uman a devenit subiectul unor investigații științifice, cu rezultate cât se poate de interesante, cărora cercetătorii le întrevăd deja aplicații practice în sfera medicinei și a psihoterapiei.

Acest lucru se datorează în special faptului că aromele acționează simultan pe toate planurile ființei: în plan fizic, emoțional, mental și chiar spiritual.

Păcat că, poluarea își arată impactul negativ și aici: florile nu-și mai împrăstie mireasma atât de puternic ca altădată - consecință a încărcării aerului cu molecule poluante, mai ales în zonele urbane sau industrializate, dar chiar și așa, potențialul benefic al mirosurilor plăcute: flori, fructe și mirodenii există încă.

În marea de mirosuri neplăcute care ne înconjoară și ne stresează zilnic - există încă miresme naturale capabile să ne ofere terapie pentru corp și spirit.

Cercetările au demonstrat că uleiurile esențiale folosite în aromaterapie distrug bacteriile și virușii, având proprietăți antiseptice. S-a constatat că uleiurile pătrund prin inspirație în toate organele corpului uman, până la nivel de celulă, mărin absorbția de oxigen și armonizează diferite funcții din organism, în principal a meridianele energetice ale plămânilor, inimii, colonului și stomacului.

Astfel pentru a aduce mireasma plantelor și florilor mai aproape de noi și pentru a avea o stare bună fizică și psihică, recomand **Spiron spray** și **Spiron air**. Acestea conțin o combinație armonizată din cele mai pure uleiuri eterice și bioinformații, obținute conform ultimelor cunoștințe din domeniul aromaterapiei, fitoterapiei și biorezonanței respectiv:

- **Uleiul esențial de pin:** este un excelent antibacterian, antiviral, antifungic, antiseptic, analgezic, antiinflamator, decongestionant respirator și expectorant. Este una dintre cele mai bune opțiuni pentru inhalatoarele personale folosite în caz de probleme respiratorii și pentru inhalajiile la abur, mai ales atunci când sinusurile sunt inflamate. Este, de asemenea foarte util pentru stările de epuizare, benefic în alergii, răceli, viroze, infecții ale sinusurilor.
- **Ulei esențial de tuia:** are un miros puternic, cu note de camfor. Conferă acțiune antiinflamatoare, antiseptică, antivirală, antidepresivă și tonică.
- **Uleiul esențial de mir:** are efecte antiseptice, antidepresive și sedative. Ajută la obținerea unui echilibru emoțional puternic, generează sentimente de bunăstare și de liniște interioară. Este utilizat pentru sinuzite, rinite, bronșite, infecții la nivelul gâtului și, de asemenea, pentru tusea fumătorului.
- **Uleiul de santal amyris:** favorizează un climat potrivit pentru relaxare și meditație, echilibrant, adaptogen, revitalizant, tonic, descongestionant limfatic și venos. Eficient în răceli, dureri în gât, bronșită, infecții ale căilor respiratorii. Acționează împotriva streptococilor, stafilococilor și Mycobacterium tuberculosis.
- **Ulei esențial de lavandă:** antidepresiv, antiinflamator, analgezic, antiseptic, antibacterian, antifungic, antimicrobian, decongestionant, detoxifiant, sedativ. Eficient în anxietate, depresie, migrene, insomnie, epuizare nervoasă, gripă, bronșită, laringită și hipertensiune arterială,

- **Uleiul esențial de mentă:** analgezic, anestezic, antiinflamator, antifungic, antiinfecțios, antimicrobian, antiseptic, astringent, antiviral, antispasmodic, carminativ, digestiv, decongestionant, emenagog, expectorant, febrifug, mucolitic, sudorific. Este benefic în alergii, astm, oboseală cronică, respirație urât mirositoare, candida, gât inflamă, constipație, crampe abdominale, diaree, febră, dureri de cap, stări de leșin, hemoroizi, herpes, mâncărimi ale pielii, greață, rău de mașină, vomă., etc.
- **Uleiul esențial de scorțișoară** are calități antiinflamatorii, antimicrobiene, antivirale, antifungice. Stimulează atât mintea, cât și corpul și este eficient în tratarea problemelor legate de stres, oboseală, somnolență, digestie lentă, stări de astenie, infecții respiratorii, stimularea circulației, drenor limfatic, digestiv.
- **Ulei esențial de tămâie:** este unul dintre cele mai utilizate și apreciate uleiuri esențiale având un aport prețios pentru sănătate și frumusețe dar și în practicile spirituale. Prin mirosul său lemnos, picant ajută la crearea unui mediu sigur și reconfortant atunci când este difuzat. Efect stimulant al sistemului imunitar, energizant, antidepresiv, reduce tensiunile nervoase. Benefic pentru tuse, laringită, dificultăți de respirație și răceli.
- **Ulei esențial de camfor:** expectorant, mucolitic, analgezic, antiviral, antiinflamator, antibacterian, antifungic, antioxidant, antispasmodic, astringent, decongestionant, imunostimulator. Eficient în răceală, gripă, purificarea și odorizarea aerului, împrosăpăarea așternuturilor, rufelor, curățarea carpetelor și a covoarelor.
- **Ulei esențial de lemongrass:** folosit în aromaterapie pentru că dă un sentiment de claritate mentală, de revigorare. Ajută la concentrare, reîmprospătează și dezinfectează aerul, conferă un puternic efect antioxidant. Este ușor antidepresiv și eficient împotriva virușilor gripali.
- **Uleiul de eucalipt:** este unul dintre cele mai bune antiseptice. Testele de laborator au arătat că și 2% din esența eucaliptului din compoziția pulverizată ar putea distruge până la 70% din stafilococii din aer și diferite tipuri de virusuri. Are și proprietăți antiinflamatoare. Util în nenumărate afecțiuni ale căilor respiratorii, (răceli, gripă, tuse, bronșită), congestie nazală.





Efecte și recomandări:

Gama Spiron prin aromoterapia care o conferă amestecul de uleiuri esențiale acționează în principal asupra meridianelor energetice ale plămânilor, inimii, colonului, stomacului.

- Conferă un puternic efect relaxant și antioxidant.
- Prezintă efecte excelente în dezinfectarea aerului și a mediului ambiant din încăperi, mașini sau orice alt spațiu închis.
- Este benefic asupra infecțiilor tractului respirator, gripă, tuse, astm
- Induce un sentiment de liniște interioară și o stare de bine, fiind eficient în dureri de cap, depresie, neurastenii, epuizare nervoasă.
- Întărește sistemul imunitar
- Acționează asupra sistemului nervos central, liniștind organismul, îmbunătățind somnul.

Balneol

Este un produs aromatic, bioinformațional pentru baie, cu un conținut mărit de humați și uleiuri eterice. Nu produce spumă și este super concentrat.

Balneolul acționează pe două căi:

- prin piele
- prin plămâni

Componentele aromoterapeutice ajung în fluxul sanguin care transportă informațiile în toate părțile corpului armonizând organismul atât prin intermediul zonelor reflexogene cât și prin meridiane.

Uleiurile din compoziția Balneolului formează, după baie, o peliculă subțire pe toată suprafața pielii, asigurând astfel oxigenarea ei, cu efect de regenerare și de calmare a durerilor. Baia cu Balneol are efectele maxime seară sau dimineața, când pH-ul pielii este alcalin.

Pe lângă tratamentul balnear, aceste băi au efecte antioxidante, (elimină radicalii liberi), antivirale, de calmare a sistemului nervos, de relaxare a sistemului muscular, asigurându-ne concomitent ședințe de aromoterapie.

Prin combinația celor două efecte (balnear și aromoterapeutic) se obțin rezultate spectaculoase în detoxifierea organismului, întărirea sistemului imunitar și circulator, optimizarea funcționării organismului la nivel celular și al sistemului nervos. Răcorește și înprospătează pielea, redă energia, vitalitatea și prospețimea organismului.

Armonizează meridianele vezicii urinare, rinichilor, splinei, trei focare, intestinului gros și subțire, atenuând astfel problemele de sănătate care apar din cauza lipsei de armonie energetică ale acestor meridiane.



Biotermal

Este o sare de baie bioenergoinformațională extrasă din apa termală de la Podhajska - Slovacia.

Apa de la Podhajska a fost descoperită căutând depozite de șist și forând la o adâncime de 1900 m. Este o apă geotermală sărată, limpede, cu o temperatură de 81°, unică, asemănătoare cu apa de la Marea Moartă, deoarece este rămasița unei mări din perioada terțiară.

Compoziția apei este unică în Europa.

Recomandări:

Băile cu această sare sunt foarte eficiente ca tratament adjuvant în:

- afecțiuni ale sistemului respirator (răceli, gripe, astm bronșic),
- sistemului locomotor: (reumatism, artroze, febră musculară, fracturi, dureri ale coloanei),
- boli ale tiroidei (datorită conținutului de iod),
- varice, eczeme și micoze (datorită conținutului de sulf),
- stabilizează starea pacienților cu osteoporoză, artroză și artrite,
- are efect relaxant, ajută la îndepărtarea oboselii musculare și detoxifică organismul.



Concluzie

Riscul degradării mediului, a climei este o problemă atât a generației actuale, cât și a generațiilor viitoare deoarece crează dezechilibre psiho-neuro endocrine.

Trebuie să ne gândim și să luăm măsuri legate de reducerea poluării mediului în care trăim. Sănătatea mediului natural asigură sănătatea omului.

Fiz. Daniela Haranguș

Director Lignum Vitae



Să ne împrietenim cu Soarele!

Experții se îngheșuie să ne sperie cu cât de dăunătoare au devenit razele soarelui și să sfătuiască vânzarea „cremelor de protecție” împotriva soarelui.

Fiecare dintre noi s-a ars la propriu după o expunere prelungită la soare, în orele de maximă intensitate și atunci, cumva, validăm prin proprie experiență sfaturile „experților” și tragem concluzia: soarele este periculos – ne arde! Dar chiar așa să fie?

Nu uităm ceva extrem de important?

Amintiți-vă că suntem ființe de Lumină, suntem ființe solare – când este lumină afară și Soare pe cer – „înviem” cu toții, ne simțim bine, optimiști, avem senzația că vedem mai bine, că suntem în stare să facem orice, că regăsim forța de a merge mai departe în viață.

Toamna trecută am avut nori pe cer vreo 4 săptămâni la rând – iar starea de depresie și mohoreală care a afectat treptat oamenii a fost fără precedent!

Lipsa soarelui ne-a arătat cât de mult depinde starea noastră emoțională de prezența luminii solare.

Ne hrănim cu lumina Soarelui, la fel de mult cum depindem de oxigenul arborilor și de alimentele Pământului. Avem surse diferite de energie – fie că știm acest lucru în mod conștient sau nu. Mâncarea și apa nu constituie singurele noastre surse de energie.

Avem multe altele – iar lumina solară alături de oxigen și mișcarea fizică – reprezintă surse vitale de energie pentru ființa umană.

Fără oxigen, lumină solară și mișcare fizică – ne-am degrada și muri mai repede, chiar dacă am fi hrăniți cu cea mai bună și sănătoasă mâncare din lume.

Soarele este sursa vieții pe întreaga planetă.

Există însă o singură categorie de entități care pot înmagazina Soarele și transforma energia luminoasă (fotonii de lumină) în energie chimică (substanțe chimice) = plantele.

Doar plantele, prin magia frunzelor și a organitelor din interiorul acestor frunze (organite numite cloroplaste – în care clorofila = verdele plantelor – se ocupă de reacții chimice în prezența fotonilor luminoși) – reușesc să folosească în mod direct razele solare.

Consumând produsele proaspete din plante (mai ales fructele acestora – în care este esența combinației dintre lumină solară și apă/mineralele pământului) avem acces direct la energia înmagazinată a Soarelui.

Așadar – consumul de fructe și legume proaspete reprezintă o sursă importantă de aducere a luminii soarelui în corpul nostru.

Dar și pielea noastră, a oamenilor, poate prelucra o parte din radiațiile solare care ajung la ea – însă aici intervine o altă problemă importantă – și anume – gradul de stagnare limfatică la nivelul pielii.

Din multe articole anterioare știți deja despre piele că este considerată „al treilea rinichi”. Cu alte cuvinte, este un organ excretor accesoriu, care preia funcția de eliminare a reziduurilor și deșeurilor acide limfatice, atunci când rinichii nu mai fac față. De aceea, pe pielea multor oameni apar erupții – de alunițe, pete maronii (hepatice) sau de depigmentare (pete de acidoză, albicioase), negi, angioame (de culoare roșie), lipoame (depozite de grăsimi), diferite erupții (datorită prezenței unor germeni) și diferite bube și bubuțe.

Majoritatea oamenilor au pielea fie extrem de uscată (acidoză uscată+++), fie plină de grăsimi și seborree (consumatorii zilnici de uleiuri și grăsimi, animale sau vegetale).

Cu alte cuvinte, pielea majorității oamenilor este un depozit imens de reziduri acide – care erup la exterior – pentru a nu produce daune importante organelor interioare.

Dacă acești acizi intră în contact cu radiațiile solare atunci apar reacții intense.

Acid + acid = FOC (arsură).

Multe dintre arsurile solare nu sunt decât reacții naturale ale corpului la expunerea solară.

Așadar – nu razele soarelui sunt cele care ard, ci propriile reziduri acide (apărute ca urmare a consumului de alimente acide, a stresului și suprasolicității zilnice).

După o perioadă de stagnare și de consum de alimente denaturate – vă expuneți perioade prelungite la soarele puternic din zilele calde există posibilitatea să apară numeroase reacții intense pe piele – roșeață și chiar arsuri evidente!

Protecția cu substanțe chimice a pielii este o iluzie – pentru că toate aceste grăsimi și uleiuri cu factori de protecție nu fac decât să blocheze și mai tare pielea, să nu permită eliminarea de acizi (de aceea nu apar arsuri evidente). În schimb gradul de blocaj al pielii pe care îl produc aceste produse chimice determină o afectare a rinichilor și ficatului extrem de importantă și în timp, efectele lor secundare sunt la fel de rele precum la orice altă substanță chimică introdusă în organism – ca medicament, ca supliment alimentar sau ca și aliment.

Când o persoană intră pe o dietă de detoxifiere – cu multe fructe și legume – care au puterea de alcalinizare intensivă a corpului (a limfei și sângelui) – expunerea inițială la soare poate declanșa arsuri solare deoarece fructele intensifică eliminările limfatice.

Fructele răcoresc pe interiorul corpului, sting din acidoza acestuia. Iar expunerea la soare devine o binecuvântare pentru consumatorii de fructe, întrucât corpul are nevoie de căldura razelor solare pentru a activa limfa și pentru a menține căldura interioară a corpului. Puteți încerca un experiment interesant vara – în perioada pepenilor. Consumați câteva zile pepeni (roșii și/sau galbeni) și observați gradul de adaptare la căldura de afară. Observați dacă mai transpirați, chiar și în zilele călduroase de vară – atunci când consumați doar pepeni. Ulterior într-una din zile, consumați o mâncare gătită (sau o supă de legume gătită) – și observați reacția corpului după ea. Trageți singuri concluziile legate de adaptarea corpului la hrana crudă (în special la consumul de fructe) și la mâncarea gătită.

Observați gradul de adaptabilitate la climatul cald, la căldura Soarelui și la radiațiile sale, în timpul dietei cu fructe – și în timpul unei diete cu alimente gătită chiar și vegetariene.

Așadar – nu soarele este dușmanul corpului și pielii noastre.

NU Soarele ne arde, ci propria noastră acidoză interioară, ea este cea care favorizează apariția arsurilor solare. Pregătiți-vă temeinic pentru sezonul cald care urmează – începând diete din ce în ce mai ușoare – cu fructe și legume – pe măsură ce vor apare cireșele, caisele și piersicile, fructele de pădure și toate legumele de sezon!

Consumați din plin fructe și salate de crudități – începeți cu expuneri treptate (de scurtă durată) la Soare – cu o creștere progresivă a timpului de solarizare (fără a vă aventura să stați la soare mai ales dacă știți că organismul dvs nu este în cea mai bună stare de sănătate).

Precauțiile sunt importante – și exact așa cum vă sfătuiesc să faceți un proces de schimbare a dietei și detoxifiere lent, treptat, progresiv – la fel vă sfătuiesc să faceți o expunere la soare treptată și observând continuu reacțiile (fără a forța în vreun fel organismul).

Împrieteniți-vă cu Soarele!

Urmăriți-i răsăriturile și apusurile – în Constanța aveți parte de răsărituri de soare din mare spectaculoase și apusuri ale soarelui în lacul Siutghiol – la fel de spectaculoase.

Ținutul dintre ape al Dobrogei este binecuvântat cu larghețea peisajului și posibilitatea de observare mai ușoară a mersului astrelor pe cer. Stați cât mai mult în aer liber – stați cât mai mult la soare – lăsați lumina să vă încălzească și căldura să vă activeze limfa.

Procesul de detoxifiere este mult mai ușor și intensiv vara – decât iarna.

Profitați de scurta noastră vară, de 2-3 luni (uneori puțin mai lungă, dacă avem noroc) pentru a petrece cât mai mult timp în aer liber!

Bucurați-vă la maxim de soare și alimente hrănitoare care aduc corpului vitamine și minerale.

Folosiți suplimentul **Fytomineral** în fiecare dimineață în apa de băut pentru a completa mai ușor pierderile de minerale sau carența lor.

Zile frumoase tuturor și să ne vedem sănătoși, la plimbare, pe malul mării (sau în păduri ori parcuri) – în toate zilele însorite și călduroase!

Dr. Sorina Soescu
Centrul Natura Constanța



Korolen îmbunătățește circulația sângelui!

Pentru a preveni problemele sistemului circulator, este bine să fii atent în fiecare zi la indiciile pe care organismul tău ți le oferă despre starea de sănătate.

Sistemul circulator nu este vizibil așa că, în unele situații, este greu să-ți dai seama că el ar avea nevoie de o schimbare în stilul tău de viață.

Există câteva semne atunci când circulația sanguină are de suferit. Dăm câteva exemple:

- ai tot timpul mâinile și picioarele reci, chiar dacă porți mănuși, șosete sau pe timpul verii;
- simți ocazional că îți amorțesc membrele;
- atunci când petreci mai mult timp stând în picioare, membrele oboresc rapid;
- picioarele se umflă des;
- rănilor ți se vindecă foarte lent.

În cazul în care observi oricare dintre aceste simptome, poți încerca tratamente de prevenție și soluționare pe bază de plante. Ele sunt benefice pentru organism atunci când sunt produse obținute pe cale 100% naturală. Dacă circulația sanguină este neglijată, riscul de producere a unui atac cerebral sau chiar a unui infarct crește semnificativ. De aceea, este recomandat să iei măsuri cât mai repede și să îți schimbi stilul de viață.

Produsul Korolen are o compoziție complexă de extract din plante: *Ginkgo Biloba*, *Hypericum Perforatum* (sunătoare), *Tabebuia impetiginosa* (Lapacho), *Sanguisorba Officinalis* (sângele voinicului), *Aesculus Hippocastanum* (castan sălbatic), *Medicago Sativa* (lucernă), *Viola Tricolor* (trei frați pătați), *Centaurea Cyanus* (albastrea), *Echinops Sphaerocephalus* (rostogol), *Menyanthes Trifoliata* (trifoi),

Lavandula Officinalis (levănțică), *Quercus Robur* (stejar), *Allium ativum* (usturoi), *Carum Carvi* (chimion), *Vaccinium Vitis-Idaea* (merișor), *Anethum Graveolens* (mărar), *Zingiber Officinale* (ghimbir), extract de grapefruit, amestec de uleiuri esențiale, citroză. informații din: chihlimbar, aur, SiO₂ etc.

Korolen este unul dintre cele mai puternice preparate care domină întreaga pentagramă și se găsește în vârful ei, ca un rege al regenerării.

Are influență benefică asupra vaselor de sânge și a sângelui – lichidul vital al organismului. Din punct de vedere energetic armonizează meridianul inimii, intestinul subțire, centrul celor trei focare și meridianul guvernator.

Pentru ca toate organele să funcționeze corect, este necesar ca și creierul să funcționeze perfect deoarece el controlează și reglează toate procesele din organismul uman. Există dovezi că sistemul imunitar este coordonat direct de creier. Principalii factori care perturbă funcția sa de coordonare sunt stresul, radiațiile, dar și diferite microorganisme. Imunitatea noastră depinde de hormonul „timozina” produs de timus. Acest hormon reglează celulele T protectoare (limfocitele). Dacă producerea lui este insuficientă, organismul nu poate lupta adecvat împotriva infecțiilor.

Noi cercetări în domeniul gerontologiei au demonstrat importanța unui alt hormon – melatonina care acționează asupra tuturor hormonilor asigurând stabilitatea tuturor funcțiilor vitale. Oamenii de știință au constatat că la bătrânețe funcțiile de apărare ale organismului slăbesc deoarece funcția hipofizei și epifizei scade.

Utilizarea Korolenului atât ca prevenție sau complementar la diferite tratamente, prezintă efecte benefice și multiple :

- Îmbunătățește circulația sanguină crește elasticitatea vaselor de sânge și a capilarelor și îmbunătățește oxigenarea creierului;
- Ameliorează tulburările circulației periferice;
- Încetinește procesele de distrugere celulară
- Eficient în bolile de sânge (leucemii);
- Sprijină procesul de detoxifiere a organismului, are efect antioxidant și de regenerare;
- Poate fi util în boala Alzheimer, senilitate, autism, scleroză multiplă, tulburări nervoase, epilepsie;
- Combate oboseala și epuizarea, surmenajul psihic, anxietatea, insomniile;
- Eficient în prevenția apoplexiei, infarctului miocardic; arterosclerozei;
- Armonizează sistemul hormonal (în special glanda pineală hipofiza, și timusul), minimizează problemele de tranziție asociate cu pubertatea și are un efect benefic asupra nivelurilor de hormoni importanți pentru sarcină;
- Stimulator al sistemului imunitar în cazul bolilor oncologice, HIV;
- Toxoplasmoză (asociat cu Drags Imun);
- Întârzie procesele degenerative ale îmbătrânirii;
- Acțiune hipocolesterolemiantă;
- Pentru pacienții cu diabet zaharat este recomandat în prevenția complicațiilor datorate diabetului.



Despre tromboze și terapii complementare

Tromboza venoasă profundă, este o afecțiune în care un cheag de sânge (tromb) se formează în unul sau mai multe dintre venele profunde

Tromboza venoasă profundă se poate dezvolta dacă stai nemișcat pentru o lungă perioadă de timp sau dacă ai anumite afecțiuni medicale, care afectează modul în care se formează cheagurile de sânge. Tromboza venoasă profundă este o afecțiune gravă, deoarece un cheag de sânge care s-a format în venă călătorește prin fluxul sanguin și se poate opri în plămân, determinând blocarea fluxului de sânge de la acest nivel (embolism pulmonar).

Mulți factori pot crește riscul de a dezvolta tromboză venoasă profundă: moștenirea unei tulburări de coagulare a sângelui, statul pentru perioade lungi de timp, sarcina (crește presiunea în venele din pelvis și picioare), boli intestinale, insuficiența cardiacă, etc.

Tromboflebita sau **boala tromboembolică** este o afecțiune a sistemului cardiovascular.

Tromboflebita este caracterizată prin inflamația venelor însoțită de formarea de cheaguri de sânge.

Evoluția tromboflebitei este îndelungată, pe parcursul a luni și ani, după vindecare mai persistând tulburări de circulație venoasă.

Cel mai mare pericol îl reprezintă emboliile pulmonare. Complicațiile tromboflebitei sunt: tromboflebita migratoare sau recidivantă, tromboflebita varicoasă, tromboflebita cu spasm arterial (flebita albastră, însoțită de cangrenă). De asemenea, obturarea venelor musculare, numită tromboflebită profundă, reprezintă un risc major întrucât trombi se pot desprinde de peretele venos și pot provoca embolia pulmonară, infarctul miocardic sau atacul cerebral vascular.

Una dintre cauzele de apariție a tromboflebitei este insuficiența cardiacă și imobilizarea prelungită dar și de leucemie, anemie, poliglobulie, febră tifoidă, cancer, supurații, traumatisme, varice, de tratamente cu antibiotice și corticoizi, sarcina și lăuzia, varice ("trombi") se pot forma în venele superficiale dilatate, producând tromboflebita superficială), traume fizice la nivelul venelor, obezitate, fumatul, disfuncții hepatice și la nivelul splinei, dereglări ale sistemului endocrin.

Energy ne vine în ajutor!

Produsele create de firma Energy ne vin în ajutor:

Crema **RUTICELIT** – o cremă creată dintr-un complex de plante are un puternic efect anti-inflamator, care ajută la îmbunătățirea circulației, la reducerea riscului de edem, atenuează tensiunea din picioarele obosite.

Concentratul **KOROLEN** – armonizează, detoxifică și regenerează un întregul sistem vascular. Îmbunătățește circulația sanguină, crește elasticitatea vaselor de sânge și a capilarelor și îmbunătățește oxigenarea creierului; ameliorează tulburările circulației periferice. Acesta poate fi utilizat și cu rol de prevenție dacă suntem predispuși la astfel de afecțiuni.

FLAVOCEL – având o compoziție bogată în bioflavonoide și vitamina C, conferă o protecție prin efectul antioxidant și menține permeabilitatea vasculară necesară proceselor de nutriție la nivel celular.

Fiz. Daniela Harangus

Director Lignum Vitae

TICK - a - TACK spray anti-insecte 100% natural

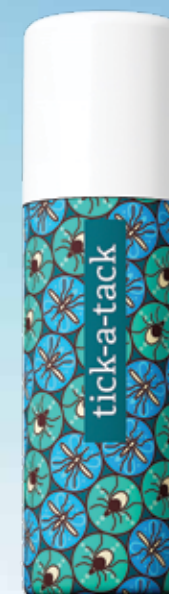
Compoziție: Conține o combinație de uleiuri esențiale naturale pure de: mușcată (Pelargonium Graveolens), fenicul (Foeniculum Vulgare), mentă (Mentha Piperita), eucalipt (Eucalyptus Globulus), camfor (Cinnamomum Camphora), citronella (Cymbopogon Citratus), lavandă (Lavandula Angustifolia), iarba zimbrului (Hierochloa Odorata); Ethanol 87 % și Isobutan.

Efecte: Oferă protecție naturală împotriva țânțarilor, căpușelor și altor insecte.

Produs ecologic, cu miros plăcut, nu irită pielea.

Utilizare și dozare: Pulverizați în 2-3 pufuri scurte pe suprafața corpului (piele) sau pe îmbrăcămintea care trebuie protejată.

Se agită înaintea utilizării.



produs
Nou



Lavanda

Lavandula angustifolia

Lavanda este o plantă originară din zona mediteraneană, fiind utilizată în fitoterapie încă din vremea romanilor. Începând din epoca medievală, cultura de lavandă s-a răspândit și în alte țări europene, iar, treptat, din secolul al XIX-lea, pe toate continentele lumii: Africa, Asia, America, Australia. Sudul Franței rămâne însă capitala mondială a lavandei, unde există suprafețele întinse de câmpuri de lavandă.

Lavanda crește sub forma unui semiarbust, cu înălțimea de 30-60 cm și o durată de viață de până la 30 de ani. Cultivarea lavandei se poate face pe diverse suprafețe, dar este important să beneficieze de expunere la soare. Tufele de levănțică înfloresc în lunile iulie-august, când florile capătă tonuri de albastru-violet și emană un miros tonic, revigorant și totodată diafan, blând, liniștitor. Se spune că levănțica preia de la soare toată energia și lumina

pe care apoi ni le transmite prin parfumul ei de o rară finețe, care limpezește mintea, înseninează sufletul și trezește bucuria de a trăi.

Afecțiuni în care se recomandă utilizarea internă a lavandei

- Tulburări nervoase: insomnii, crize de nervi, anxietate, stări depresive, dureri de cap, amețeli

- Tulburări digestive: digestie dificilă pe fond de stres și nervozitate, balonare, arsuri la stomac, dureri abdominale
- Tulburări respiratorii: răceală, gripă, astm, pneumonii
- Tulburări cardiovasculare: angină pectorală
- Liniștirea și relaxarea trupului și minții

Utilizări externe ale lavandei

- Eczemă, acnee, arsuri ușoare, psoriazis, înțepături de insecte
- Răni și ulcere de piele
- Căderea părului
- Dureri articulare: entorse, contuzii, reumatism
- Băile locale, badijonările sau compresele îmbibate cu apa de lavandă (infuzie) ajută la vindecarea rănilor, ulcerățiilor, infecțiilor, acneei.
- Băile generale aromatizate cu levănțică au acțiune reconfortantă, relaxantă și tonică.
- Compresele cu tinctura și masajul cu ulei de levănțică au acțiune favorabilă în contuzii, umflături, reumatism, dureri musculare, dureri articulare.
- Aplicarea uleiului pe piele este eficientă și pentru îndepărtarea țăntarilor, căpușelor, purecilor, păduchilor.

Riscuri și contraindicații

Preparatele cu lavandă trebuie utilizate cu precauție sau conform recomandărilor medicale în cazul copiilor și al persoanelor cu pielea sensibilă. Altfel, nu se cunosc efecte secundare ale lavandei.

Referitor la contraindicații, lavanda nu se utilizează în sarcină (mai ales în primele luni) și nici în alăptare. Persoanele alergice ar trebui să evite consumul acestei plante sau aplicarea uleiului pe piele. De asemenea, s-au constatat interacțiuni nefavorabile ale cumarinelor din lavandă cu medicamente anticoagulante. În general, produsele cu lavandă nu se administrează simultan cu următoarele categorii de medicamente: anticoagulante, sedative, somnifere, iod, săruri de fier (risc de toxicitate).

Prof. Dr. Ovidiu Bojor

*Ghidul plantelor medicinale
și arome de la A la Z*



SC LIGNUM VITAE SRL Importator și distribuitor unic ENERGY.

Centru de distribuție: Cluj-Napoca; str. Argeș nr. 20;

Tel/fax: 0264-430.227; E-mail: energyro.vitae@gmail.com; Web: www.energy.sk